

План мероприятий по снижению заболеваемости

Воспитатель: Уханова О.А.

Наименование мероприятия	Цель	Время проведения	Ответственный за проведение
Проветривание группового помещения, спальни и туалетной комнаты.	Очищение от болезнетворных микроорганизмов, повышение тонуса всего организма.	Ежедневно. С 6.45-7.00 С 9.45-11.00. С 12.00-15.00	Воспитатель, младший воспитатель.
Кварцевание	Обеззараживания поверхностей и воздуха помещений для предотвращения заболеваний, которые могут передаваться воздушно-капельным путем.	Ежедневно. С 6.45-7.00 С 9.45-11.00. С 12.00-15.00	Воспитатель, младший воспитатель.
Приём детей в группе с обязательным осмотром, термометрией и выявлении жалоб родителей.	Выявление первичных признаков заболевания у детей.	Ежедневно. С 7-8 утра	Воспитатель, родители
Обработка носа Оксолиновой мазью.	Профилактика вирусных заболеваний дыхательных путей и кожи.	Ежедневно. С 7-8 утра	Родители
Прогулка	Укрепление здоровья, профилактика утомления, физическое и умственное развитие детей, восстановление сниженных в процессе деятельности функциональных ресурсов организма.	Ежедневно с 10-11 (при подходящих температурных условиях).	Воспитатель, младший воспитатель.

Фитонциды (лук, чеснок)	Профилактика гриппа и простудных заболеваний	Ежедневно. В обед	Воспитатель, младший воспитатель, родители
Сон без маек и подушек	Профилактика заболеваний осанки, закаливание организма	Ежедневно. В сон-час	Воспитатель, младший воспитатель.
Закаливание: хождение по ребристой доске, по полу босиком с элементами профилактики плоскостопия	Профилактика плоскостопия, закаливание	Ежедневно. В сон-час и после сон-часа	Воспитатель, младший воспитатель.
Гимнастика в кровати с дыхательными упражнениями после сна	Поднятие настроения и мышечного тонуса детей с помощью контрастных воздушных ванн и физических упражнений.	Ежедневно. После сон-час	Воспитатель, младший воспитатель.
Дыхательная гимнастика	Укрепление и стимулирование верхних дыхательных путей; укрепление мышц органов брюшной полости.	Ежедневно перед обедом или после полдника	Воспитатель
Физкультминутки	Улучшение осанки, усиление обмена веществ в организме, развитие произвольного внимания и памяти.	Ежедневно. До и после режимных моментов	Воспитатель
Мытье рук до локтя прохладной водой	Тренировка защитных сил организма к воздействию постоянно меняющихся факторов окружающей среды (понижение температуры).	Ежедневно. Перед завтраком и после прогулки	Воспитатель, младший воспитатель.
Пальчиковые игры	Развитие мелкой моторики рук	Ежедневно. До и после режимных моментов	Воспитатель